

ユアースポーツクラブ船堀 プールご利用コース・特別アクアレッスンスケジュール

2020年7月～

コース	火曜日		水曜日		木曜日		金曜日		土曜日		日曜日	
	フリー	レッスン・アクア	フリー	レッスン・アクア	フリー	レッスン・アクア	フリー	レッスン・アクア	フリー	レッスン・アクア	フリー	レッスン・アクア
9:00												
10:00								10:00~10:30 アクアヌードル 角館 沙矢佳				10:00プール利用開始
11:00		成人 スクール		ベビー		成人 スクール		成人 スクール		ベビー		プール ファミリー
12:00										11:40~12:10 角館 沙矢佳 12:15~12:45 アクアミット 角館 沙矢佳		
13:00				13:10~13:40 アクアピクス 田沼 栄一			13:10~13:40 やさしいアクア 神 香					
14:00		成人 スクール		13:50~14:20 アクアヌードル 田沼 栄一			成人 スクール					14:20~14:50 アクアピクス 網島 陽子
15:00												
16:00	スクール		スクール		スクール		スクール		スクール			
17:00												
18:00	18:30		18:30		18:30		18:30		18:30			18:30プール利用終了
19:00		19:30		19:30		19:30		19:30		19:30		
20:00		20:00		19:30 成人スクール 20:30		20:00	20:10~20:40 AQUA ZUMBA® 田沼 栄一 20:50~21:20 アクア・トキヤブ 田沼 栄一		20:00	19:30 成人スクール 20:30		
21:00		20:20~20:50 アクアピクス 野本 千寿子										
22:00												

□ 25mスイム専用コース □ 50mスイム専用コース □ 歩行者専用コース

□ OP・流水 □ ワンポイントレッスン・流水マッサージ

※スクールやレッスンの都合によりご利用コースは変更となる場合がございます。

※定員について・・・通常定員の半数とさせていただきます。

ウォーキング&
ストレッチ